

人生启示录

(三)

邵鹤生 编

无锡市医学放射免疫检测中心

一九九六年一月



钱的忠告

劳动的钱，使你幸福坦然。
奖励的钱，使你加倍实干。
援助的钱，使你感到温暖。
积蓄的钱，使你珍视勤俭。
拣来的钱，使你用之不安。
偷来的钱，使你胆战心寒。
骗来的钱，使你狗胆包天。
受贿的钱，使你贪得无厌。
贪污的钱，使你灵魂糜烂。
挪用的钱，使你借有难还。
恩赐的钱，使你变成懒汉。
贺喜的钱，使你加倍偿还。
搜刮的钱，使你欲壑难填。

养生歌

静坐常思自己过，闲谈莫论他人非。
能受苦乃为志士，肯吃亏不是痴人。
敬君子方显有德，避小人不算无能。
退一步天高地阔，让三分心平气和。
知足之心常乐，能忍耐者身自安。

遇事乐为贵

人生一世不容易，喜怒哀乐常相遇。
量大好容烦恼事，何必为此发脾气。
碰到钉子莫生气，生气伤神伤身体。
气出病来自悔气，常乐可以健身体。
世人高低我不比，知足常乐自古提。

做人不难，做好人难

做人不难，做好人才难。

如果做人难，世界上就不会有那么多人活着。只有做好人才会感到很累、很苦、很亏、很难。

做好人难，做一个装扮成“好人”的坏人也难。正因为如此，常常有人露出狐狸的尾巴。

做好人难，做一个被众人都说成是好人的人更难。否则，就不会有“冤枉”和“平反”两个字出现。

人生的迷惑

我们所崇拜的所谓人的优秀品格：仁慈慷慨、心胸坦荡、老实忠厚、为他人着想等等往往会导致一个人一事无成。相反，很多狡猾敏锐、谄媚拍马、贪心无厌、自私自利、获得欲强、对他人残酷无情的人却偏偏做出了大事业。使人迷惑的是，人们往往推崇前者的精神，但羡慕后者的成果。确实，这是人生的迷惑。

君 子

君子的说法，我们久违了。这绝不是说，这些年中国没有君子了，而是对于道德行为的评价，时代不同，说法尽管不同，人心总有一杆秤，谁是君子，谁离君子还差那么一点点，心里总有个谱。用中华文化雨露灌溉的土地上，君子是个客观存在。

君子喻于义。君子不是不明白利的重要，物质是基础。只是，在物质利益面前伸手不伸手，君子比别人多一层思考。普通人首先想到的是合法不合法，不合法的利益得到了可能还要加倍吐出来。但法这东西不等于义，法不治众，合法的未必都合情合理。所以，君子在物质利益面前他还要问问良心、问问天理。油锅里的钱他不会捞，于良心不安的利益他不会沾。俗说是君子爱财，取之有道。时髦派看来这就是大傻瓜了，事实上君子就这个样子。

君子坦荡荡。君子有错，自责甚严，不攀张攀李。君子不欺人，不夺人之所爱，办不到的事也不会把糖涂在你鼻子上，吊你的胃口。君子与你和睦，他不会否定你的长处，关键时踩你一脚。君子不媚人，不注意看人家的眼色，更不习惯夜深人静时悄悄敲门，悄悄送礼。君子不害人，别人五分错，他不会说七分八分，别人落了井，他不会再去丢块石头，表示和自己没关系。

君子之交淡如水。君子有朋友，但大都是来来往

往一杯茶。君子之家也有种种为难的事，因为怕裁人，孩子叽咕归他叽咕，老婆埋怨归她埋怨，亲戚咒骂归他咒骂，只是相信天无绝人之路。君子未尝不想有成就，但是不靠帮，不靠派，出不了头，也就天不怪，地不怪。

君子一言，快马一鞭。君子约你七点钟见面，一般他不会七点一刻才到。君子答应你的事，不需要你再说第二遍。

谦谦君子。君子廉洁，不会到处哭穷；君子做善事，不会到处张扬；君子勤恳，不会到处叫苦；君子和人家一起拍电视、拍照片，不会到处抢镜头。只有“君子动口不动手”，这话说对了一半。人家刀子捅来了，总得自卫。君子吃点小亏就算了，亏吃大了，总得讨个公道，讨个说法。还有“先君子后小人”说法也未必完全。真君子不能总是为小人制服，一旦发了脾气，火上来了，“君子来了劲，小人没得命”，闹得小人目瞪口呆。君子还是君子。

人之一生，沉沉浮浮，认识不少人，其中颇多君子，值得奉为楷模，长久怀念。只是现在商品经济，假冒伪劣甚多，君子也有假货。识别君子，有一条重要标准，那就是真君子往往不自夸、不卖弄、不以君子自诩。昔人云：“积丘山之善，未为君子”，君子总是觉得自己不够。至于那些天天标榜如何高大、完美、廉洁、侠义、善良、劳苦的人，倒是要提防一下，看看货色真假，动动脑子鉴别。

运用你的优势去取胜

如何充分利用有限的生命去充分发挥自己潜在的能量，达到客观上可以达到的预定目标？

一、寻找一个优势点，不断进行努力。

人人都想成为创世纪的伟人，然而为数众多的人，在自己好几方面的优势面前不知所措，因而纷纷落马。事实上，取得成功的人，往往是那些知道自己想要做什么，并且盯住目标不放的人。

二、每天都对你的优势进行锻炼。

发现了自己的优势和特长所在，并且坚持不懈地训练和开发，这不仅是步入事业之门的钥匙，而且也是走向成功之路的阶梯。先天的素质并不能保证成功，最后的成功要靠对自己优势的百分之百的投入，努力并拼搏和对周围信息的把握，当这一切还不见成效的话，那就说明你并未在利用自己的优势。

三、忽略那些对你事业无多大阻碍的弱点。

什么时候更自信，是回顾自己以前成功时的一个场面，还是失败时的一个场面呢？当一个人心中更多地想到非要取得成功之时，他实际上是在战胜了自己的怯懦。所以，不要总想那些小毛病、小缺点，谁知道当你成功之后，它们会不会反而变成你的小小的个人特色呢？

四、寻找一个互补的伙伴。

一个人的优势也许仅仅在与其他人合作时才能完全发挥出来。因此，你不妨身边有几个好朋友，在一

起会创造意想不到的奇迹。取长补短的朋友之间的互补是非常重要的。

五、发展一个辅助体系。

现代科学的发展日新月异，光靠少数主角唱不了一台大戏，因此，决不能忽略一个辅助体系的作用。

失败的优胜面

失败并不意味着你是一位失败者——失败只表明你尚未成功。

失败并不意味着你一事无成——失败表明你得到了经验。

失败并不意味着你是一个不知灵活性的人——失败表明你有非常坚定的信念。

失败并不意味着你要一直受到压抑——失败表明你愿意尝试。

失败并不意味着你不可能成功——失败表明你也许要变换一下方法。

失败并不意味着你比别人差——失败只表明你还有缺点。

失败并不意味着你浪费了时间和生命——失败表明你有理由重新开始。

失败并不意味着你必须放弃——失败表明你还需要一些时间。

失败并不意味着命运对你不公——失败表明命运还有更好的给予。

乐观主义者的生活态度

无论何种遭遇——好的或坏的，都取决于人们对它的态度。意志坚强的乐观主义者以谋事在人的哲学对待困难。乐观者工作效率高、在校成绩好，他们比悲观者健康，也许更长寿些。他们的特点是：

一、想象成功。乐观者总是想象自己完成了多年的心愿，相信自己会获得成功。

二、在错误中寻找机会。乐观者不计较失败，而相信失败是成功之母，在错误和失败中及时总结经验教训，继续前进。

三、全神贯注于“可能”。乐观者相信只有实际行动可改变现实。

四、乐于帮助他人。乐观者即便在自己遇到不幸时，仍然能去想到比自己更不幸的人，然后设法尽自己的能力去帮助他人。

五、发现自己的长处和优势。乐观者相信任何人都有长处和短处，他们深信自己的前景是美好的。

六、勤俭、刻苦。乐观者相信一分劳动换来一分收获，只要自己刻苦努力，总可克服眼前的困难，到达胜利的彼岸。

七、崇尚未来。乐观者向往着美好的未来，并有

为之拼搏的决心。

八、正确对待妒忌。乐观者以积极的态度对待超过自己的人，相信自己的努力，能为自己创造欣慰的成果。

越是秘密，越想对人说

一、是炫耀心理：自己知道别人不知道的秘密，别人就会觉得你了不起，你也会因此而感到有一种值得炫耀的骄傲。从本质上讲，这是虚荣心理的翻版。

二、是疏泄心理：有话憋着不讲，时间一长，心理有一种压力，会感到难受，甚至痛苦。心理治疗中心有个“疏泄疗法”，就是让病人将烦恼、苦闷统统讲出来，病人的心情就舒服得多，这就是“一吐为快”。在现实生活中，每个人每天都会遇到一些无聊的不愉快的事情，这就会造成很大的心理压力。就像替人保密一样，从内心深处来讲并不十分愿意，可嘴里已经答应人家。不讲出来心中不好受，于是，就讲给自己最信任的人听，“一吐为快”。而每个人都有自己最信任的人。这样，一传十，十传百，秘密也就不存在了。

真 实

一、真实是最难的，为了它，一个人也许不得不舍弃许多好东西：名誉、地位、财产、家庭。但真实又是最容易的，在世界上，唯有它，一个人只要愿意，总能得到和保持。

二、人不可能永远真实，也不可能永远虚假。许多真实中有一点虚假，或许多虚假中有一点真实，都是动人的。最令人厌倦的是一半对一半。

三、一个人可以承认自己有种种缺点，但决不肯承认自己虚伪，不真诚。承认自己不真诚，这本身需要极大的真诚。

四、真正打动人的感情总是朴实无华的，它不出声，不张摆，埋得很深。沉默有种特别的力量，当一切喧嚣静息下来后，它仍然在互作着，穿透可见或不可见的间隔，直达人心的最深处。

五、纯洁做不到，退而求其次——真实。真实做不到，再退而求其次——糊涂。可是郑板桥说：“难得糊涂”。还是太纯洁了。

六、一个人为了实现自我，必须先在非我的世界里面漫游一番。但是，有许多人就迷失在这漫游途中了，沾沾自喜于他们在社会上的小小成功，不再想回到自我。成功使他们离他们的自我愈来愈远，终于成为随波逐流之辈。另有一类灵魂，时时为离家而不安，漫游愈久而思家愈切，唯有他们，无论成功失败，都能带着丰富的收获返回他们的自我。

七、一种人不自觉地要显得真诚，以他的真诚去打动人并且打动自己。他自己果然被自己感动了。

一种人故意地要显得狡猾，以他的狡猾去迷惑人并且迷惑自己。他自己果然怀疑起自己来了。

男人与女人

男人一动情就变得愚蠢；女人一动情就变得聪明。

男人无法表达自己的快乐或痛苦，就发表抽象议论；女人无法表达自己的快乐或痛苦，就诉说细微的情节。

家庭是女人的王国。女人一旦游离在家庭之外，就不可避免地与人处于战争状态。

家庭是男人的堡垒。男人一旦失去家庭，就整个儿地失去了遮掩。

男人是太阳，女人是月亮。太阳和月亮的光揉到一起，就组成了一个美妙的世界。

男人是山，女人是水。山倒映在水中，更显出高大挺拔；水蕴藏在山中，流出来才越发活亮甘甜。

男人是车，女人是路。没有车，路显得多余；没有路，车寸步难行。

男人是风，女人是雨。有时风伴雨走，有时雨随风行，所以才有风雨同舟一说。

为人处世，男人偏于意气用事，女人偏于感情用事。

平时，男人比女人显得勇敢，最紧要关头，女人反比男人镇静。

真正有才的男人不过分炫耀自己，真正漂亮的女人不刻意打扮自己。

男人是蓬蓬松松的草，女人是剪刀，没有剪刀的修剪，那草很难显出美。

男人是航船，女人是海湾，船走累了，暴风来了，海湾便向他张开玉臂。

好男人是女人的一座靠山，好女人是男人的一所学校。

成功的男人背后有一个好的女人。

礼 貌

礼貌是人与人之间的桥，又是人与人之间的墙。

品 德

“品德”二字最不让人喜欢的地方，就是“品德”的拥有者不可能炫耀自己的“品德”，因为一旦炫耀，品德也就不成其为品德了。才华则不然，所以人们总是更愿意拥有才华。

淡化友情的十个隐患

也许你常以为有几个情投意合、感情深厚的好朋友而欣慰自豪，因为朋友能使你生活的色彩更丰富浓郁，使你精神愉快，产生一种稳定坚实的自我牢固的感觉，使你工作学习产生信心和动力。可也许你也会为朋友们开始对你表现出的疏远和失去以往的那种亲近，感到难受、苦恼，感到迷惑不解，在自责之余一定会问因由何在，因为你毕竟是珍惜友情的，不会情愿它付之东流，何况你与朋友之间又没有多大隔阂和矛盾。您愿了解其中原因吗？十种友情淡化的隐患，或许是你根本没有留意而又恰恰是它们使友情受到损害的呢！

隐患之一：过度表现，言谈不慎，使朋友的自尊心受到挫伤。

也许你与朋友之间无话不谈，十分投机。也许你的才学、相貌、家庭、前途等等令人羡慕，高出你朋友一头，这使你不分场合，尤其与朋友在一起时，会大露锋芒，表现自己，言谈之中会流露出一种淡淡的优越感，这样会使朋友感到你在居高临下对他说话，在有意炫耀抬高自己，他的自尊心受到挫伤，不由产生敬而远之的意念。所以，在与朋友交往时，要控制情绪，保持理智平衡，态度谦逊，虚怀若谷，把自己放在与人平等的地位，并注意时时想到对方的存在。

隐患之二：彼此不分，违背契约，使朋友对你产生防范心理。

朋友之间最不注意的是对朋友物品处理不慎，常谓“朋友间何分彼此”，对朋友之物，不经许可便擅自拿用，不加爱惜，有时迟还或不还，久而久之会使朋友认为你过于放肆，产生防范心理。实际上，朋友之间除了友情，还有一种微妙的契约关系，以对物而言，你和朋友之物都可随时借用，这是超出一般人关系之处，然而你与朋友对彼此之物首先有一个观念：“这是朋友之物，更当加倍珍惜。”“亲兄弟，明算帐。”注重礼尚往来的规矩，要把珍重朋友之物看作如珍重友情一样重要。

隐患之三：过于散漫，不拘小节，使朋友对你产生轻蔑、反感。

朋友之间，谈吐行为理应直率、大方、亲切、不矫揉造作，方显出自然本色，但过于散漫，不重自制，不拘小节，则使人感到你粗鲁庸俗：也许你和一般人相处会以理性自约，但与朋友相聚就忘乎所以。或指手划脚，或信口雌黄、海阔天空，或在朋友言语时肆

意打断，讥讽嘲弄，或顾盼东西，心不在焉，也许这是你的自然流露，但朋友会觉得你有失体面，没有风度和修养，自然对你产生一种厌恶轻蔑之感，改变了对你的原来印象。所以在朋友面前应自然而不失自重，热烈而不失礼态，做到有分寸，有节制。

隐患之四：随便反悔，不守约定，使朋友对你感到不可信赖。

你也许不那么看重朋友间的某些约定，对于朋友们的活动总是姗姗来迟，对于朋友之求当时爽快应承，过后又中途变卦。也许你真有事情耽误了一次约好的聚会或没完成朋友相托之事，也许你事后会轻描淡写解释一二，认为朋友间应当互谅解宽容，区区小事何足挂齿。孰不知朋友们会因你失约而心急火燎，扫兴而去。虽然他们当面不会指责，但必定会认为你在玩弄朋友的友情，是在逢场作戏，是反复无常、不可信赖之辈。所以，对朋友之约或之托，一定要慎重对待，遵时守约，要一诺千金，切不可言而失信。

隐患之五：乘人不备，强行所求，使朋友认为你太无量、霸道。

当你有事需求人时，朋友当然是第一人选，可你事先不作通知，临时登门提出所求，或不顾朋友是否情愿，强行拉他与你同去参加某项活动，这都会使朋友感到左右为难。他如果已有活动安排不便改变就更难堪。对你所求，若答应则打乱自己的计划，若拒绝又在情面上过意不去。或许他表面乐意而为，但心中就有几分不快，认为你太霸道，不讲道理。所以，你对朋友有所求时，必须事先告知，采取商量口吻讲话，

尽量在朋友无事或情愿的前提下提出所求，同时要记住：己所不欲，勿施于人，己所不欲，勿施强求。

隐患之六：不识时务，反应迟缓，使朋友对你感到厌烦。

当你上朋友家拜访时，若遇上朋友正在读书学习，或正在接待客人，或正和恋人相会，或正准备外出等，你也许自持挚友，不顾时间场合，不看朋友脸色，一坐半天，夸夸其谈，喧宾夺主，不管人家早已如坐针毡，极不耐烦了。这样，朋友一定会认为你太没有涵养，不识时务，不近人情，以后就想方设法躲避你，害怕你再打扰他的私生活。所以，每逢此时此景，你一定要反应迅速，稍稍寒暄几句就知趣告辞，珍惜朋友的时间和尊重朋友的私生活如同珍重友情一样可贵。

隐患之七：用语尖刻，乱寻开心，使朋友突然感到你可恶可恨。

有时你在大庭广众面前，或为炫耀自己能言善辩，或为哗众取宠逗人一乐，或为表示与朋友之“亲密”，乱用尖刻词语，尽情挖苦嘲笑讽刺朋友或旁人，大出其洋相以博人大笑，获取一时之快意，竟不知会大伤和气，使朋友感到人格受辱，认为你变得如此可恨可恶，后悔误交了你。也许你还以为不然，会说朋友之间开个玩笑何必当真，殊不知你已先损伤了朋友之情。所以朋友相处，尤其在众人面前，应和蔼相待，互敬互慕互尊，切勿乱开玩笑，用恶语伤人。

隐患之八：过于拮据，斤斤计较，使朋友认为你是吝啬之人。

你可能在择友交友时，认为朋友以友情胜于一切，何必顾虑经济得失，金钱不能使友情牢固。这种思想



使你与朋友相处时显得过于拮据，事事不出分文，或患得患失，唯恐吃亏。对朋友所馈赠然而受，自己却是一毛不拔的铁公鸡，这会使朋友感到你视金如命，是个吝啬之人。所以朋友之交，过于拮据会显得吝啬小气，而慷慨大方则显得豪爽大度，它会使友情牢固。

隐患之九：泛泛而交，大肆渲染，使朋友感到你是轻佻之人。

你可能由于虚荣心或荣誉心所驱，也可能交友心切，认为交友愈多，本事愈大，人缘愈好，往往不加选择考察，泛认知己，患“泛交症”。此时，朋友已在微微冷笑，认为你是朝三暮四的轻佻之人，不可真心相处，你结果会失去真正的朋友。所以，朋友之交，理应真诚相等，感情专一，万不可认为泛交会使己显赫。

隐患之十：一意孤行，不听人意，使朋友感到你是无为多事之人。

是朋友就要同舟共济，对好意之计应认真考虑，妥当采纳。也许你无视这点，每遇一事，一意孤行，坚持己见，无视朋友之见，依旧我行我素。结果自己吃亏，朋友受累。这必定使朋友感到失望，认为你太独断专横，不把朋友放在眼里，是个无为多事之人，日后渐渐疏远你。所以你在遇事决策时，应多听并尊重朋友意见，理解朋友的好心，即使难以采纳的意见，也要说清楚，使人觉得你在尊重他。

上述十个隐患在交友、择友，尤其是处理朋友间关系时颇有普遍性，只是你没有明显感觉或注意它罢了，请你细细反思，引以为戒。对你们在友情中出现

的“征兆”应早作诊断，及时治疗或“预防”，以免由隐患转为“显症”。

经营人生

——松下幸之助经营之道

一、经营的真谛

经营，是人类活动的必然现象。只要有人类活动的地方，就有“经营”。

国家需要经营，家庭需要经营，一个人要完成人生目标，也需要经营。

经营，其实就是一种常识。就象雨天撑伞，晴天收伞……。

二、水和人心

在社会上，沟通人与人之间情感的，无疑是一颗体谅的心。即使是件微不足道的事，只要有互相体谅对方的心，就是荒漠里的甘泉。当人之间失去了这种互相滋润的泉水时，就会产生干裂。此时，社会上的每一分子就变成一粒粒的尘沙，失去了联系，犹如乌合之众。只要有些不如意的琐事，就各自飞散起来。

连结土壤的力量是水；而使人类社会生活走上和谐与安康的，是互相体谅的心。

三、什么最适合自己

冷静地考虑自己的才能，选择适合自己的工作。这是非常重要的。

任何人做一种工作，都会先想到薪资或待遇问题。应该先仔细考虑：最适合自己的是什么？进入大公司，